



Конфликты: психодиагностика и методы коррекции

Практический психолог, преподаватель,
выпускник аспирантуры, супервизор проекта
Заречнева Елена Ивановна

www.center-active.ru

«Я АКТИВ!»

Антикризисный
консультационный
психологический центр

ПСИХОЛОГИ БЕСПЛАТНО,
Онлайн по любым вопросам:
оставьте заявку на сайте

www.center-active.ru

и получите консультацию психолога
Центра "Я АКТИВ!" бесплатно.



Заречнева Елена Ивановна

Практический психолог, преподаватель,
выпускник аспирантуры, супервизор
проекта





Структура руководства

- Введение в проблематику конфликтов
- Теоретические основы конфликтологии
- Типология конфликтов
- Диагностический инструментарий
- Шкала оценки конфликтов
- Алгоритм первичной диагностики
- Методы работы с конфликтами
- Практические кейсы и упражнения
- Рекомендации для психологов-консультантов

Актуальность темы

Статистика запросов в психологической практике:

- Конфликты в семье (супружеские, детско-родительские)
- Межличностные конфликты (друзья, коллеги)
- Внутриличностные конфликты (ценности, цели)
- Конфликты на работе (с руководством, подчиненными)
- Конфликты, связанные с общением (недопонимание)



Теоретические модели конфликтов:

Психодинамическая теория

Когнитивный подход

Поведенческая перспектива

Системный подход

Гуманистическая психология

Социопсихологические теории

Антикризисный
консультационный
психологический центр
“Я АКТИВ!”





Типология конфликтов

По источнику
возникновения:
объективные,
субъективные

По сфере проявления:
семейные, рабочие,
социальные

По продолжительности:
кратковременные,
затяжные

По направленности:
внутриличностные,
межличностные,
межгрупповые

По характеру
проявления:
конструктивные,
деструктивные

По степени открытости:
открытые, скрытые



Диагностический инструментарий

- Тесты на конфликтность (например, Тест Томаса-Килманна)
- Опросники стилей поведения в конфликте
- Проективные методики
- Методы наблюдения
- Интервьюирование и беседы
- Анализ кейсов и ситуаций



Шкала оценки конфликтов

- Инструменты для количественной оценки интенсивности конфликта
- Шкалы удовлетворенности отношениями
- Оценка степени эмоционального напряжения
- Шкалы частоты конфликтных ситуаций
- Оценка последствий конфликта
- Шкалы готовности к разрешению конфликта



Алгоритм первичной диагностики

- Сбор анамнеза: история конфликта
- Идентификация участников конфликта
- Определение предметной области конфликта
- Выявление лежащих в основе потребностей и интересов
- Оценка эмоционального состояния сторон
- Анализ стилей поведения в конфликте
- Формулирование диагностической гипотезы





Методы работы:



Методы работы с конфликтами: Обзор

- Медиация и арбитраж
- Когнитивно-поведенческая терапия (КПТ)
- Системная семейная терапия
- Гештальт-терапия
- Нейролингвистическое программирование (НЛП)
- Тренинги по управлению конфликтами





Подробнее о КПТ

- Изменение деструктивных мыслей и установок
- Развитие навыков эффективного общения
- Обучение стратегиям совладания со стрессом
- Развитие способности к эмпатии
- Работа с конфликтными сценариями





Подробнее о Медиации

- Нейтральное третье лицо помогает сторонам договориться
- Фокус на поиске взаимовыгодных решений
- Сохранение отношений между сторонами
- Конфиденциальность процесса
- Добровольное участие



Антикризисный
консультационный
психологический центр

“Я АКТИВ!”



Практические кейсы

Анализ реальных
конфликтных ситуаций

Разбор успешных и
неуспешных стратегий
разрешения

Дискуссии по
предложенным
решениям

Ролевые игры

Упражнения для развития навыков

- Активное слушание
- Перефразирование и уточнение
- Выражение своей позиции без агрессии
- Поиск компромиссов
- Управление эмоциями

Антикризисный
консультационный
психологический центр
“Я АКТИВ!”



Антикризисный
консультационный
психологический центр
“Я АКТИВ!”



Рекомендации психологам- консультантам

- Постоянное профессиональное развитие
- Соблюдение этических принципов
- Супервизия собственной практики
- Умение сохранять нейтралитет
- Индивидуальный подход к каждому клиенту

Лектор: д.п.н. Е. В. Петрова



www.center-active.ru

«Я АКТИВ!»

Антикризисный
консультационный
психологический центр

ПСИХОЛОГИ БЕСПЛАТНО,
Онлайн по любым вопросам:
оставьте заявку на сайте

www.center-active.ru

и получите консультацию психолога
Центра "Я АКТИВ!" бесплатно.



Контакты для вопросов и супервизии:

Email: werowarya@mail.ru

Телефон: 8-913-211-47-76

Сайт или соцсети: <https://vk.com/psyzar>

Заречнева Елена Ивановна



Спасибо за ВНИМАНИЕ

Супервизии и консультации для коллег –
по договорённости

Пусть ваша практика будет процветающей

Я пользуюсь мессенджером **МАХ**. Присоединяйся!

<https://max.ru/u/f9LHodD0cOJ0GbJg5D1tuuzle9j-2cl9V7gGkno83hdn0Au2atjD01p1i8M>